

**TODAY'S HUKAMNAMA FROM SRI DARBAR SAHIB, Sri Amritsar.**

[June 24<sup>th</sup>, 2017 – Saturday - 04:30 AM. IST]

ਧਨਾਸਰੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥

ਤ੍ਰਿਪਤਿ ਭਈ ਸਚੁ ਭੋਜਨੁ ਖਾਇਆ ॥ ਮਨਿ ਤਨਿ ਰਸਨਾ ਨਾਮੁ ਧਿਆਇਆ ॥੧॥ ਜੀਵਨਾ ਹਰਿ  
ਜੀਵਨਾ ॥ ਜੀਵਨੁ ਹਰਿ ਜਪਿ ਸਾਧਸੰਗਿ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਅਨਿਕ ਪ੍ਰਕਾਰੀ ਬਸਤ੍ਰ ਓਢਾਏ ॥  
ਅਨਦਿਨੁ ਕੀਰਤਨੁ ਹਰਿ ਗੁਨ ਗਾਏ ॥੨॥ ਹਸਤੀ ਰਥ ਅਸੁ ਅਸਵਾਰੀ ॥ ਹਰਿ ਕਾ ਮਾਰਗੁ ਰਿਦੈ  
ਨਿਹਾਰੀ ॥੩॥ ਮਨ ਤਨ ਅੰਤਰਿ ਚਰਨ ਧਿਆਇਆ ॥ ਹਰਿ ਸੁਖ ਨਿਧਾਨ ਨਾਨਕ ਦਾਸਿ  
ਪਾਇਆ ॥੪॥੨॥੫੬॥

ਸ਼ਨੀਵਾਰ, ੧੦ ਹਾੜ (ਸੰਮਤ ੫੪੯ ਨਾਨਕਸ਼ਾਹੀ) ੨੪ ਜੂਨ, ੨੦੧੭ (ਅੰਗ: ੬੮੪)

ਪੰਜਾਬੀ ਵਿਆਖਿਆ :

ਧਨਾਸਰੀ ਮਹਲਾ ੫ ॥

ਹੇ ਭਾਈ! ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ, ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ, ਜੀਭ ਨਾਲ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ  
ਸਿਮਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ, ਜਿਸ ਨੇ ਸਦਾ-ਥਿਰ ਹਰਿ-ਨਾਮ (ਦੀ) ਖੁਰਾਕ ਖਾਣੀ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤੀ ਉਸ  
ਨੂੰ (ਮਾਇਆ ਦੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ ਵਲੋਂ) ਸ਼ਾਂਤੀ ਆ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ।੧। ਹੇ ਭਾਈ! ਸਾਧ ਸੰਗਤਿ ਵਿਚ (ਬੈਠ ਕੇ)  
ਪਰਮਾਤਮਾ ਦਾ ਨਾਮ ਜਪਿਆ ਕਰੋ—ਇਹੀ ਹੈ ਅਸਲ ਜੀਵਨ, ਇਹੀ ਹੈ ਅਸਲ ਜ਼ਿੰਦਗੀ  
।੧। ਰਹਾਉ। ਜੇਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਹਰ ਵੇਲੇ ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਸਿਫਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਗੁਣ  
ਗਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਸ ਨੇ (ਮਾਨੋ) ਕਈ ਕਿਸਮਾਂ ਦੇ (ਵੰਨ ਸੁਵੰਨੇ) ਕੱਪੜੇ ਪਹਿਨ ਲਏ ਹਨ (ਤੇ ਉਹ ਇਹਨਾਂ  
ਸੋਹਣੀਆਂ ਪੁਸ਼ਾਕਾਂ ਦਾ ਆਨੰਦ ਮਾਣ ਰਿਹਾ ਹੈ) ।੨। ਹੇ ਭਾਈ! ਜੇਹੜਾ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ  
ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਮਿਲਾਪ ਦਾ ਰਾਹ ਤੱਕਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਉਹ (ਮਾਨੋ) ਹਾਥੀ ਰਥਾਂ ਘੋੜਿਆਂ ਦੀ ਸਵਾਰੀ  
(ਦਾ ਸੁਖ ਮਾਣ ਰਿਹਾ ਹੈ) ।੩। ਹੇ ਨਾਨਕ! ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ  
ਪਰਮਾਤਮਾ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਧਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਹੈ, ਉਸ ਦਾਸ ਨੇ ਸੁਖਾਂ ਦੇ ਖਜ਼ਾਨੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨੂੰ  
ਲੱਭ ਲਿਆ ਹੈ ।੪।੨।੫੬।

English Translation :

**DHANAASAREE, FIFTH MEHL:**

I am satisfied and satiated, eating the food of Truth. With my mind, body  
and tongue, I meditate on the Naam, the Name of the Lord. ॥ 1 ॥ Life,  
spiritual life, is in the Lord. Spiritual life consists of chanting the Lord's  
Name in the Saadh Sangat, the Company of the Holy. ॥ 1 ॥ Pause ॥ He is  
dressed in robes of all sorts, if he sings the Kirtan of the Lord's Glorious  
Praises, day and night. ॥ 2 ॥ He rides upon elephants, chariots and horses,  
if he sees the Lord's Path within his own heart. ॥ 3 ॥ Meditating on the  
Lord's Feet, deep within his mind and body, slave Nanak has found the  
Lord, the treasure of peace. ॥ 4 ॥ 2 ॥ 56 ॥

Saturday, 10th Assaar (Samvat 549 Nanakshahi) 24th June, 2017 (Page: 684)